

Lamm-Feigen-Spieß mit Gurken-Minz-Dip und Gewürz-Reis

Für zwei Personen

Für den Lamm-Feigen-Spieß:

| | | |
|-----------------------|--------------------------|------------------|
| 300 g Lammrückenfilet | 1 rote Peperoni | 1 Zehe Knoblauch |
| 4 frische Feigen | $\frac{1}{2}$ Bund Minze | 1 TL Kumin |
| $\frac{1}{2}$ TL Zimt | 5 EL Olivenöl | Meersalz |
| Pfeffer | | |

Für den Gewürzreis:

| | | |
|------------------------------|-------------------------|--------------------|
| 100 g Basmatireis | 1 Schalotte | 100 g Möhren |
| $\frac{1}{2}$ Orange | 20 g Zucker | 20 g Butter |
| 20 ml Olivenöl | 50 g gehackte Pistazien | 20 g Mandelblätter |
| 20 g getrocknete Cranberries | 20 g Rosinen | 1 g Safran |
| 1 Prise Kardamom | 1 Prise Kreuzkümmel | 1 Prise Kurkuma |
| Salz | | |

Für den Gurken-Minz-Dip:

| | | |
|----------------------------|--------------------------|------------------------------|
| $\frac{1}{2}$ Salatgurke | 1 Zehe Knoblauch | 1 Zitrone |
| 200 g griechischer Joghurt | $\frac{1}{2}$ Bund Minze | 1 Prise gemahlener Koriander |
| Salz | Pfeffer | |

Für den Gurken-Minz-Dip Minze fein hacken, Knoblauch schälen und hacken. Gurke schälen, längs halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Zitronenschale abreiben. Joghurt mit Minze, Knoblauch und Gurke verrühren und mit Koriander, Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Gewürzreis Basmati bissfest garen und auskühlen lassen. Pistazien und Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten. Von der Orange Zesten abreißen, Möhren schälen und grob raspeln. Zucker mit 100 Milliliter Wasser zu einem Sirup kochen, Möhren und Orangenzesten darin kurz aufkochen lassen und beiseite stellen. Cranberries und Rosinen mit kochendem Wasser übergießen und quellen lassen. Safran in einer Tasse mit heißem Wasser auflösen.

Schalotte schälen, fein hacken und in Butter und Olivenöl glasig dünsten. Kardamom, Kurkuma, Kreuzkümmel und Safran hinzugeben. Cranberries und Rosinen abtropfen lassen und zu der Zwiebel-Gewürz-Mischung geben. Pistazien, Mandeln, Möhrenraspel, Orangeschale und Zuckersud ebenfalls in die Pfanne geben. Basmatireis unterheben und alles kurz erhitzen.

Für die Lamm-Feigen-Spieße Peperoni von Stiel und Kernen befreien und in dünne Ringe schneiden. Lamm waschen, trocken tupfen und von Sehnen befreien. In große Würfel schneiden. Minze hacken, Knoblauch schälen und fein hacken. Olivenöl mit Zimt, Kumin, Salz, gehackter Minze und dem Knoblauch mischen und Lamm darin einlegen. Feigen waschen, trocken tupfen und halbieren. Holzspieße wässern und abwechselnd Fleisch und Feige auf die Holzspieße spießen und in einer Grillpfanne etwa sechs bis acht Minuten von beiden Seiten anbraten. Mit Meersalz und Pfeffer würzen.

Lamm-Feigen-Spieße, Gurken-Minz-Dip und Gewürzreis auf Tellern anrichten und servieren.

Lynn Harder am 11. November 2015